

Avec ta classe, propose un défi « récré athlé » à d'autres enfants USEPiens qui, comme toi, sont attentifs à leur santé et « bougent » à la récré. Pour t'aider, l'athlétisme c'est courir - sauter - lancer !

CARTE d'IDENTITE de ta classe — Niveau CM1 - CM2

Région : Normandie

Département : Orne

Commune : Frênes

Association USEP :

Si tu le souhaites, écris l'adresse courriel de ta classe pour échanger avec les enfants qui testeront ton défi :

## Défi « récré athlé » "Le slalom du vortex"

### Descriptif

Slalomer et lancer.

Le défi Slalomer entre les plots, s'arrêter dans un cerceau, puis lancer le vortex le plus loin possible pour remporter le plus de points.

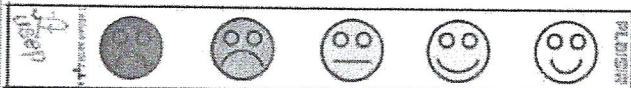
**Matériel** 5 plots - 1 cerceau - 1 vortex

**But** Enchaîner 1 slalom et 1 lancer.

Ce cadre vert est réservé aux enfants USEPiens qui testeront ton défi.

Teste ce défi proposé par une autre classe puis dis ce que tu ressens. Entoure tes réponses.

- As-tu pris du plaisir à tester ce jeu ?



- Combien de temps as-tu « bougé » ?

30" à 1 min

1 à 2 min

2 à 5 min

5 à 10 min

- Quel effort as-tu fourni?

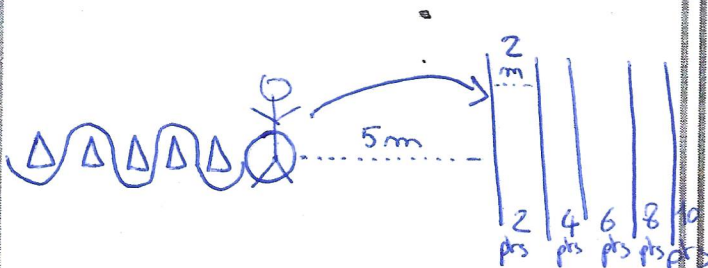
C'est facile

Ça commence à être dur

C'est dur

C'est très difficile

### Ton défi en images



Envoie ton défi à : [defirecre.usep@gmail.com](mailto:defirecre.usep@gmail.com)